

8. Шихирев П. Н. Перспективы теоретического развития этнической психологии / П. Н. Шихирев // Этническая психология и общество. Материалы первой конференции секции этнической психологии при РПО. — М., 1997. — С. 11-17.
9. Cultural perspectives in conflict—New York : Plenum Press, 1991. — 297 p.
10. Enriquez V. G. Indigenous Psychology and National Consciousness / V. G. Enriquez. — Tokyo : Institute for the Study of Languages and Cultures of Asia and Africa, 1989. — 131 p.
11. Heelas P. L. Indigenous Psychologies: The Anthropology of the Self / P. L. Heelas, A. J. Lock. — London : Academic Press, 1981. — 322 p.
12. Kroeber A.L. Concluding Review / A. L. Kroeber // An appraisal of Anthropology Today. — Chicago, 1953. — P. 357-76.
13. Lagmay Alfredo V. Western Psychology in the Philippines: Impact and Response / Alfredo V. Lagmay // International Journal of Psychology. — 1984. — Vol. 19. — P. 31-44.
14. Pike K. L. Etic and emic standpoints for the description of behavior / K. L. Pike // Language and thought: an enduring problem in psychology. [Donald C. Hildum (ed.)]. — Princeton, NJ: D. Van Norstrand Company. — 1967. — P. 32-39.
15. Poortinga Y. H. Do differences in behavior imply a need for different psychologies? / Y. H. Poortinga // Applied Psychology. — 1999. — Vol. 48. — P. 419—432.
16. Sahoo F. M. Indigenisation of Psychological Measurement: Parameters and Operationalisation / F. M. Sahoo // Psychology & Developing Societies. — 1993. — Vol. 5. — P. 1-13.
17. Sinha D. Culture as the target and culture as the source: A review of cross-cultural psychology in Asia / D. Sinha // Psychology and Developing Societies. — 1996. — Vol. 8. — P. 83-105.
18. Werner H. Comparative Psychology of Mental Development / H. Werner. — Chicago : Follett Publishing, 1961 — 564 p.

Отримано 20.06.2014 р.

УДК 159.922.6

Білоус О.В. °

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, факультет психології, кандидат психологічних наук, асистент кафедри загальної психології (м.Київ)

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ІНТЕРНЕТ ЗАЛЕЖНОСТІ ПІДЛІТКІВ В УКРАЇНІ

Стаття присвячена розгляду проблеми інтернет залежності підлітків в умовах сучасної України. Подається аналіз наявних джерел з проблеми, а також рекомендації з профілактики. Зокрема зазначено, що особу, залежну від комп'ютера, не можна ізолювати від суспільства. Тут поняття реабілітації і соціалізації взаємно переплітаються. Підліток має навчитися протистояти спокусі проводити час за комп'ютером у соціальному оточенні та за допомогою соціального оточення, а не лише за втручання окремих фахівців. Це твердження пояснює інший принцип соціалізації підлітків, що мають комп'ютерну залежність. Процес спілкування підлітка з комп'ютером має відбуватись без відриву від навчального процесу та під керівництвом, наглядом з боку дорослих.

Ключові слова: інтернет залежність, профілактика, соціалізація, ресоціалізація, психічне здоров'я

The article is devoted to the problem of Internet addiction of adolescents in today's Ukraine. The analysis of available sources of the problem and recommendations for prevention is submitted. In particular, it states that a person dependent on a computer can not be isolated from society. Here the concepts of rehabilitation and socialization are mutually intertwined. Teenager has to learn resisting a temptation to spend time at a computer in a social environment and through social networks but not only due to the experts intervention. This statement explains another principle of

socialization of adolescents with computer addiction. The process of juvenile communication with a computer should take place without interruption of educational process and under the guidance and supervision of adults.

Keywords: *Internet addiction, prevention, socialization, re-socialization, mental health*

Актуальність. Сучасний світ характеризується стрімким прогресом у сфері поширення та розвитку інформаційно-комунікаційних технологій. Динамічне використання нових засобів телекомунікації, зокрема Інтернету як потужного глобального інформаційного ресурсу, приваблює широкі верстви населення незалежно від віку, освіти та соціального статусу. Водночас неконтрольоване використання інтернет-мережі перетворилося на загрозу гармонійному розвитку особистості, її психічному здоров'ю, а в ряді випадків навіть призводить до летального результату. Тому проблема інтернет-залежності все більше привертає увагу представників державної влади та вчених у різних країнах світу і спонукає до її глибшого дослідження та пошуку шляхів подолання.

Дослідження *InMind Factum Group* демонструє, що 12,9 млн українців (33 %) використовують Інтернет раз на місяць і частіше, 11,8 млн (30 %) – один раз на тиждень і частіше, 8,7 млн (22%) щоденно або майже щоденно [3]. Соціально-демографічна структура користувачів Інтернету наступна – серед інтернет-користувачів переважають чоловіки (54 %), за віковими показниками 58 % – підлітки і молодь у віці 15-30 років, 29 % – користувачі у віці 31 – 45 років, а 13 % – люди у віці 46 і більше років. За типом населеного пункту 58% користувачів мережі мешкають у містах із населенням більше 100 тисяч чол., 25 % – до 100 тис., а решта 13 % – у селах.

В Україні на сьогодні не існує статистичних даних щодо проблеми інтернет-залежності, оскільки цей вид залежності не виділено в окрему нозологічну форму. Однак відповідно до даних Інституту соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України, серед українських користувачів Інтернету залежними вважаються від 2 % до 6 %, абсолютна більшість серед яких – студенти [6]. У групі підлітків з високим рівнем інтернет-залежності частка представників чоловічої статі майже на третину перевищує частку жіночої статі. Майже такі самі показники були виявлені фахівцями Інституту неврології, психіатрії та наркології НАМН України, які встановили, що кожна п'ятнадцята особа (6,54%), яка має досвід роботи в Інтернеті, набуває залежність від нього вже в підлітковому віці (за цим показником Інтернет як об'єкт зловживання наближається до каннабіноїдів – гашишу, марихуани тощо) [6].

Проблема інтернет-залежності в Україні досліджувалася фахівцями відповідних галузевих установ – таких, як зокрема «Інститут неврології, психіатрії та наркології Національної академії медичних наук України», Інститут соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України (В.Посохова), а також ученими Одеського (Е. Мельник) та Дніпропетровського (Л. Юр'єва, Т. Больбот) медичних університетів. Серед українських фахівців, які в різних аспектах досліджують феномен інтернет-залежної поведінки слід згадати також О.Чабана, Г.Пілягину (Інститут судової психіатрії, м.Київ), Н.Бугайову (Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України).

Щодо практичних кроків у сфері попередження інтернет-залежності слід зазначити, що Міністерством освіти і науки, молоді та спорту України проводиться інформаційно-просвітницька робота з питань безпечної роботи в Інтернеті, а

також з проблеми інтернет-залежності. Міністерство співпрацює з державними, бізнесовими структурами, неурядовими організаціями з метою вирішення зазначених завдань [2]. Вивчення теми безпечної роботи в Інтернеті передбачено чинними програмами зі шкільних курсів «Інформатика» та «Основи здоров'я», а саме:

- навчальною програмою з інформатики для 9-12 класів загальноосвітніх навчальних закладів. Академічний рівень (авт. І. Завадський, Ж. Потапова, Ю. Дорошенко);
- навчальною програмою з інформатики для 9-12 класів загальноосвітніх навчальних закладів. Рівень стандарту (авт. І. Завадський, Ж. Потапова, Ю. Дорошенко);
- навчальною програмою з інформатики для вечірньої середньої загальноосвітньої школи (авт. С. Литвинова, Т. Проценко);
- навчальною програмою з предмета «Основи здоров'я» для 5-9 класів загальноосвітніх навчальних закладів (авт. Т. Бойченко, В. Заплатинський, В. Дивак).

З 2009 року міністерство є членом всеукраїнської Коаліції за безпеку дітей в Інтернеті й підтримує її ініціативи, здійснює інформаційно-просвітницькі заходи (навчально-практичні конференції, Дні безпечного Інтернету тощо), спрямовані на подолання проблеми інтернет-залежності відповідно до програми «Онляндія – безпека дітей в Інтернеті».

Коаліція за безпеку дітей в Інтернеті була створена у 2008 році з ініціативи компанії «Майкрософт Україна». Першим кроком коаліції став запуск у квітні 2008 року веб-сайту «Онляндія – безпечна веб-країна», на якому представлені матеріали для дітей, їхніх батьків та вчителів, завдяки яким вони можуть засвоїти основи безпечної роботи в Інтернеті.

Розгортання роботи з профілактики та подолання інтернет-залежності потребує насамперед створення відповідної законодавчо-нормативної бази [4]. Для цього, на переконання спеціалістів Інституту соціальної та політичної психології, необхідно відповідним чином модернізувати наявне законодавство, дотичне до цієї проблеми, доповнити чинне законодавство новими законодавчими актами. Зокрема потрібно розробити і прийняти Закон України «Про захист психічного здоров'я населення», що вже давно потрібно було зробити відповідно до вимог Всесвітньої організації здоров'я та Всесвітньої медичної асоціації.

Необхідно також внести зміни в Типове положення про центр соціально-психологічної допомоги (постанова КМУ від 12 травня 2004 р. №60-8), поклавши на такі центри реалізацію заходів з профілактики інтернет-залежності та колекційної роботи з інтернет-залежними особами.

Пропозиції запропоновані ДУ «Інститут неврології, психіатрії та наркології НАМН України» Національної академії медичних наук України [5]

1) з огляду на те, що користування Інтернетом та іншими телекомунікаційними технологіями пов'язане не тільки з перебуванням користувача в штучному електромагнітному полі, а й таїть ризик формування станів залежності, в межах програми «Здоров'я нації» та інших державних програм слід передбачити систематичні і комплексні дослідження щодо впливу зазначених технологій на стан соматичного та психічного здоров'я за участю

провідних наукових установ країни (зокрема за участю Інституту неврології, психіатрії та наркології НАМН України Національної академії медичних наук України). За результатами цих досліджень, існуючі вікові гігієнічні норми користування телекомунікаційними технологіями мають бути переглянуті з урахуванням ризику формування залежності від них.

2) у шкільний курс інформатики, а також у плани занять із батьками учнів слід ввести матеріали щодо безпечного користування Інтернетом та іншими телекомунікаційними технологіями з обов'язковим викладенням перших ознак формування відповідної залежності.

Разом з тим слід урахувати, що проблема інтернет-залежності не може ефективно вирішуватись ізольовано від інших проблем формування і функціонування особистості в сучасному інформаційному суспільстві. Це вимагає організації розгалуженої системи медіаосвіти населення і передусім молоді.

Головні завдання медіаосвіти визначено в документах ЮНЕСКО (Паризька програма-рекомендації з медіаосвіти, 2007), у резолюції Європарламенту щодо медіаграмотності у світі цифрової інформації (2008). Наприклад, у Канаді медіаосвітній курс уперше включено до програми навчання для 11-го класу ще в 1959р., на початку 1960-х років медіапрограму запроваджено в школах Франції. З 2002 року розпочато підготовку фахівців із спеціалізації медіа-педагог у Російській Федерації. На жаль, в Україні медіаосвіта досі залишається фрагментарною і здійснюється переважно стихійно з ініціативи ентузіастів, педагогів-новаторів, за явного браку інтеграції цих зусиль в ефективну медіаосвітню систему. На це й спрямовано розроблену в Інституті соціальної та політичної психології НАПН України Концепцію впровадження медіаосвіти в Україні, котра широко обговорювалась і була позитивно оцінена громадськістю.

Головною метою концепції є сприяння повсюдній розбудові ефективної системи медіаосвіти заради забезпечення всебічної підготовки дітей і молоді до безпечної та ефективної взаємодії із сучасною системою медіа, формування у них медіа культури відповідно до їхніх вікових та індивідуальних особливостей. Слід зазначити, що за даними всеукраїнських репрезентативних опитувань 57% дорослого населення позитивно ставиться до того, щоб у школі навчали дітей культури перегляду телепередач, користування Інтернетом, а серед учителів таку думку поділяють понад 77% опитаних [3].

Нині здійснюються роботи з організації всеукраїнського експерименту з упровадження медіа освіти в загальноосвітніх закладах. У подальшому передбачається розроблення навчальних програм та організація експерименту з підготовки медіапедагогів і медіапсихологів на базі вищих начальних закладів та закладів системи післядипломної педагогічної освіти. На думку фахівців Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, після завершення експериментальних робіт і громадського обговорення їх результатів доцільно на основі зазначеної концепції розробити й прийняти Державну програму впровадження медіаосвіти в Україні [3].

Незважаючи на проведені наукові розробки у сфері аналізу ситуації з інтернет-залежністю в Україні порівняно із станами залежності іншого походження (алкоголізм, наркоманія, патологічна схильність до азартних ігор тощо), ця проблема досліджена слабо, а закономірності формування, причини та умови виникнення, діагностичні критерії інтернет-залежності вивчені недостатньо.

Залишаються маловивченими питання методів лікування, засобів корекції та профілактики цього розладу. Розроблені програми та психокорекції не відрізняються значною успішністю використання та не виправдовують надії спеціалістів та користувачів послуг. Існуючі літературні дані є розрізненими, неоднозначними та суперечливими, а саме відсутність теоретичної наукової бази з питань даної адикції закономірно поєднується з несистематичністю, слабкою структурністю та невисокою ефективністю запропонованих світовою наукою лікувально-профілактичних заходів для таких пацієнтів.

У країнах Європейського Союзу поставлено в порядок денний питання подолання інтернет-адикції, яка нещодавно почала набувати критичних ознак, особливо серед підліткової аудиторії. З метою вивчення даної проблематики серед найпомітніших ініціатив ЄС стало втілення Програми «Безпечний Інтернет» та дослідження «Мережева залежність в ЄС» (2011–2013 рр.), що врешті-решт має стати основою для політичних рекомендацій урядовим органам країн ЄС, а також порад для батьків та педагогів. У країнах ЄС налагоджена також система проведення щорічних міжнародних конференцій щодо захисту дітей у мережі, проводяться відповідні форуми, громадські консультації та ін. Активну роль у цьому процесі відіграє Європейський альянс неурядових організацій з безпеки дітей в он-лайнному середовищі що здійснює реалізацію програми «Правий клік». Характерною рисою розвитку інтернет-залежності серед європейських країн стало стрімке поширення такого виду он-лайнної адикції, як патологічна схильність до азартних ігор у мережі (он-лайнний гемблінг). Тому у «Зеленій книзі щодо он-лайнного гемблінгу в Європі», розробленій з ініціативи Європейської Комісії, надаються рекомендації щодо необхідності законодавчого запровадження вікових обмежень для гемблінг-компаній та ужорсточення контролю за даною сферою.

Оскільки серед усіх країн ЄС найкритичнішою ситуація з патологічним використанням мережі Інтернет склалася у Німеччині, то саме в цій країні були проведені одні з перших у Європі наукові дослідження тематики інтернет-адикції та втілені перші практичні кроки з подолання цієї адикції. Зокрема, в Болтенхагені ще з 2003 року почав діяти Центр для відновлення підлітків з інтернет-залежністю, що стало першою суттєвою спробою використати медичні, психологічні, фізичні та педагогічні методи лікування даної недуги.

В Україні відповідно до результатів проведених досліджень щодо проблеми інтернет-залежності нараховується від 2% до 6% веб-адиктів серед усіх користувачів мережі. Однак певні одиничні дослідження щодо виявлення діагностичних ознак веб-адикції та відсутність точних статистичних даних свідчать про недостатній рівень науково-дослідницької бази з даної тематики. Слід також наголосити на недостатній обізнаності з тематики інтернет-адикції серед більшості користувачів Інтернету України та низькому рівні уваги до використання мережі дітьми з боку їх батьків. Водночас в Україні спостерігається тенденція до поступового збільшення уваги представників науково-дослідницьких організації, приватних структур та органів державної влади до цього питання. Зокрема, варто відзначити втілені ініціативи Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України в рамках проведення інформаційно-просвітницької роботи з питань безпечної роботи в Інтернеті.

Виходячи з вищевикладеного було розроблено низку практичних

рекомендацій з питань особливостей соціалізації підлітків, захоплених комп'ютером, які подаються та обґрунтовуються нижче.

1) Особу, залежну від комп'ютера, не можна ізолювати від суспільства. Тут поняття реабілітації і соціалізації взаємно переплітаються. Підліток має навчитися протистояти спокусі проводити час за комп'ютером у соціальному оточенні та за допомогою соціального оточення, а не лише за втручання окремих фахівців. Це твердження пояснює інший принцип соціалізації підлітків, що мають комп'ютерну залежність. Процес спілкування підлітка з комп'ютером має відбуватись без відриву від навчального процесу та під керівництвом, наглядом з боку дорослих.

2) Робота із залежними підлітками має відбуватися безпосередньо в школі, де навчаються учні, а не в реабілітаційній установі. Тут мова йде саме про соціалізацію, а не ресоціалізацію, тому що перше поняття доцільно вживати, коли йдеться про кардинальну зміну обставин. Застосовувати до залежних підлітків лікування в окремій реабілітаційній установі не бажано, тому що це може призвести до травмування ще несформованої дитячої психіки. Перебування учня в закритому приміщенні, навіть протягом короткого терміну, веде до стигматизації з боку однолітків.

3) Соціалізація підлітків, що мають комп'ютерну залежність, має проходити за постійної участі та підтримки однолітків, що такої залежності не мають. Звичайно, важливою є підтримка педагогів, психологів, інших фахівців, але їхня роль більше полягає у спрямовуванні учнів в правильному напрямку, кураторстві під час проведення масових заходів (виїздів на при-роду, можливо, організації тренінгів). Діти в підлітковому віці дуже сильно впливають на формування думок одне одного. Лише друзі можуть «відтягнути» підлітка від монітора комп'ютера, запропонувавши вийти на прогулянку чи, наприклад, пограти у футбол, де також відчувається азарт гри, навіть якщо це доведеться робити шляхом довгих вмовлянь. Дана рекомендація спирається на результати дослідження, в ході якого було виявлено, що час, проведений у колі однолітків, часто переважає час, проведений удома.

4) З огляду на новизну проблеми інтернет-залежності в Україні варто активізувати інформаційну кампанію з питання профілактики та попередження цієї хвороби серед широких верств населення. Особливо це має стосуватися підростаючого покоління та батьків. Задля втілення даної ініціативи державі варто активніше залучати до співпраці приватні структури, неурядові організації та наукові установи. Одним із кроків у даному напрямку могло стати проведення громадських обговорень з теми загрози поширення веб-адикції. Міністерству охорони здоров'я та Академії медичних наук України розглянути можливість проведення системних досліджень проблеми інтернет-залежності та розробки конкретних рекомендацій щодо профілактики та лікування такої форми адикції. Дані дослідження можуть здійснюватись на базі підвідомчих організацій, що входять до структури Міністерства та Академії медичних наук України.

5) Доцільним є налагодження системи он-лайн-консультацій з проблеми інтернет-залежності з метою надання оперативних консультацій самим адиктам та їх близьким.

На базі розроблених рекомендацій можемо припускати в подальшому можливість створення окремої програми соціалізації підлітків з комп'ютерною

залежністю. У ній будуть враховані особливості даного виду залежності, а також особливості та потреби цільової аудиторії (самих підлітків). У даному випадку ще важко вести мову про розробку конкретної програми, через відсутність попередніх досліджень у цій галузі. Перед розробкою самої програми були досліджені й описані особливості соціалізації підлітків, що мають інтернет залежність, результатом яких послужило формування базових принципів соціалізації підлітків.

Список використаних джерел

1. Асмолов А., Цветкова Н., Цветков А. Психологическая модель Интернет-зависимости личности. /Мир психологии, № 1/2004.
2. Вакуліч Т.М. Психологічні чинники запобігання Інтернет-залежності підлітків [Текст] : автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.07 / Вакуліч Т.М.; Центральний ін-т післядипломної педагогічної освіти АПН України. - К., 2006. - 19 с.
3. Кочарян О. С., Гущина Н. І. Виховання культури користувача Інтернету. Безпека у всесвітній мережі. /Інститут інноваційних технологій і змісту освіти Міністерства освіти і науки, молоді та спорту, «Майкрософт Україна». Навчально-методичний посібник. К., 2011.
4. Лебедев Д. С. Аддиктивное поведение: современный взгляд на старые проблемы. /Журнал психиатрии и медицинской психологии, № 4 (14), 2004.
5. Посохова В.В. Соціально-психологічні особливості формування життєвих планів Інтернет-залежної молоді [Текст] : автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.05 / Посохова В.В.; Інститут соціальної та політичної психології АПН України. - К., 2006. - 20 с.
6. Турецька Х.І. Особистісна ідентичність схильних до Інтернет-залежності осіб [Текст] : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 /Турецька Х.І.; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. - К., 2011. - 20 с.

Отримано 20.06.2014 р.

УДК 159.9

Brazdeikiene Liana (Браздейкієне Ліана) °

University: Klaipeda University, Pedagogical faculty, Department of psychology, Doctor of social sciences Assoc.professor (Клайпедський університет, педагогічний факультет, кафедра психології, доктор соціальних наук доцент)

Butiene Diana(Бутієне Діана)

University: Klaipeda University, Pedagogical faculty, Department of psychology, Lecturer (Клайпедський університет, педагогічний факультет, кафедра психології, викладач)

Kupsyte Renata(Купсіте Рената)

University: Klaipeda University, Pedagogical faculty, Department of psychology, postgraduate student (Клайпедський університет, педагогічний факультет, кафедра психології, аспірант)

EXPERIENCE OF LIFE AFTER SUICIDE ATTEMPT (ДОСВІД ЖИТТЯ ПІСЛЯ СПРОБИ САМОГУБСТВА)

Метою нашого дослідження є опис досвіду життя молодої людини після спроби самогубства. Нами були поставлені та вирішені завдання, пов'язані з характеристикою способу життя кожного учасника дослідження після скоєної спроби самогубства та визначенням різниці у цьому досвіді. У дослідженні брали участь 4 особи – 2 жінки і 2 чоловіки.